

歸仁國中 學校營養午餐菜單 葷食（聯利） 第10週

日期	星期	主食	主菜	副菜	副菜	副菜	湯品
10/30 	一	胚芽飯	醬烤豬排	瓜仔雞丁	紅絲炒蛋	韭菜炒豆芽	刺瓜魚丸湯
10/31 	二	白飯	客家小炒	糖醋雞丁	滷白菜	炒三色瓠瓜	白玉排骨湯
11/1 	三	什錦炒飯	黑胡椒銀芽肉絲	烤鬆餅	關東煮	炒青花菜	玉米濃湯
11/2 蔬食日 	四	米飯	五柳枝鮮魚	什錦雙菇	招牌干丁	炒高麗菜	薑絲海芽湯
11/3 	五	地瓜飯	白玉紅K麵輪燒雞	筍絲魚羹	蟹絲蒸蛋	炒白花菜	四神排骨湯